


Hygiène populaire.

MÉMOIRE

SUR L'ART

DE

PROLONGER LA VIE

ET D'ENTRETENIR LA SANTÉ.

Conseils

AUX GENS DU MONDE.

PARIS.

Mᵐᵉ ROYER, RUE J.-J. ROUSSEAU, Nº 21.




Imp. d'ÉVERAT, rue du Cadran, 16.

LAMORY, L.J.F.



Le Kaffa vous a sauvés, rendons en Grace à Dieu

Hygiène Populaire.

CONSEILS

AUX GENS DU MONDE,

SUR L'ART

DE

PROLONGER LA VIE

ET

d'entretenir la Santé par l'emploi

DU 



Ce nouvel aliment importé, d'Orient en France par M. J.-F. LAMORY, a été AUTORISÉ par un brevet d'invention, et approuvé par les médecins les plus distingués de l'Académie et de la Faculté de Médecine de Paris.

PAR BREVET du Gouvernement.



ORDONNANCE du Roi, de 1833.

Paris,

CHEZ M. ROYER, RUE J.-J. ROUSSEAU. N° 21.

1833 ?

TABLE DES CHAPITRES.

IMPRIMERIE D'A. ÉVERAT,
Rue du Cadran, 16.



L'ART DE PROLONGER LA VIE.

CHAPITRE PREMIER.

Conseils aux gens du monde.

L'hygiène est l'art de conserver la santé ; cette branche de l'histoire naturelle est presque inconnue des gens du monde, et cependant c'est la plus importante. Elle embrasse la nature entière, et forme le complément de toutes les connaissances humaines ; car, pourquoi travaille-t-on? Pourquoi désire-t-on des places, des honneurs, de la fortune? n'est-ce pas pour vivre sans fatigue et pour satisfaire ses goûts et ses besoins? Si, maintenant, on analyse les désirs de l'homme, ne sont-ils pas en général le résultat de la fragilité de son organisation? C'est le roi de la création, disent les philosophes ; oui, mais c'est une royauté fictive ; car, physiquement, beaucoup d'animaux sont mieux organisés, ont moins de maladies, et vivent aussi long-temps que lui.

L'homme ne doit sa supériorité qu'à son intelligence; naturellement faible, non garanti contre la rigueur des saisons, c'est à son industrie qu'il doit toutes les jouissances de la vie. Mais, malheureusement, cette prééminence intellectuelle, ce désir matériel du bien-être présent, et la mauvaise direction de ses passions lui occasionent mille maladies qui détériorent sa santé et abrégent son existence.

Les hommes les plus instruits, des légistes profonds, des astronomes qui mesurent le cours des astres, des politiques qui savent comment on gouverne les empires, ignorent le plus souvent

comment se fait chez eux la circulation du sang, comment s'opère la digestion des aliments qu'ils prennent chaque jour; et, quand ils sont malades, ils sont à la merci d'une garde-malade, de leur valet de chambre ou du premier médicastre que le hasard leur présente. La santé est-elle donc si à dédaigner qu'on doive ainsi la négliger et la confier au hasard? Faites donc en sorte de la conserver quand vous en jouissez, donnez au moins quelques heures de réflexion aux conseils hygiéniques qui sont en rapport avec votre âge, votre profession, votre constitution et votre tempérament; et, un jour, vous direz avec nous que l'hygiène élémentaire ou la science de la conservation individuelle devrait être le complément de l'instruction de tous les hommes et faire partie de l'éducation même des jeunes filles.

En effet, quelques années après leur sortie de pension, comme femmes, elles sont appelées à donner à leurs maris, et surtout à leurs enfants, mille soins qu'elles ignorent et qui leur sont révélés moins par l'instinct maternel que par les conseils stupides de vieilles femmes qui s'érigent en mentor.

Quoique notre but ne soit pas de publier un manuel complet d'hygiène, nous essaierons de tracer sommairement le régime qui convient à chaque période de la vie, pour prévenir les maladies, et vivre aussi long-temps que le permet l'organisation; nous démontrerons d'abord la grande influence du régime alimentaire sur la santé et la durée de l'existence, et nous terminerons par des conseils aux dames, aux vieillards et aux convalescents, après avoir passé en revue tous les moyens employés pour le rajeunissement des vieillards et pour la prolongation de notre existence.

Influence de la santé sur le moral.

La vie est un fardeau quand on est malade : *Non est vivere, sed valere vita.* L'objet constant que tout homme sage doive se proposer, est de chercher les moyens d'entretenir la santé ou de l'acquérir quand il en est privé. Les sensations physiques réagissent sur le moral, et quand un homme se porte bien, il est gai, content, bon ami, bon père; tandis que le valétudinaire est toujours maussade et chagrin. La santé est le bien le plus précieux; mais on en jouit ordinairement sans l'apprécier; c'est comme le bonheur tranquille, on n'en connaît le prix que lorsqu'on l'a perdu. Les Anciens lui avaient élevé des autels, et les Grecs la représentaient sous les

traits d'une jeune nymphe à l'œil riant et au teint frais. Un poète français l'a décrite ainsi :

Des biens que nous donna la céleste bonté,
Le plus doux, le plus pur, quel est-il? La santé.
Je la vois : l'incarnat brille sur son visage;
Mille fleurs à l'envi naissent sur son passage :
Auprès d'elle est la joie au front calme et serein;
Le tranquille sommeil repose dans son sein;
Le sourire embellit et ses yeux et sa bouche;
Elle fuit du chagrin l'aspect sombre et farouche;
Les plaisirs innocents folâtrent sur ses pas :
Mars lui doit sa vigueur, et Vénus ses appas.
Sans elle tout languit dans la nature entière;
Notre œil est offensé des traits de la lumière;
Notre corps affaissé qui se traîne à pas lents,
Fait plier sous son poids ses genoux chancelants.
Sans elle le nectar n'est que fiel et qu'absinthe;
La liberté se change en pénible contrainte;
L'amour en soupirant renverse son flambeau,
Et la mort sous nos pieds creuse notre tombeau.

De la crainte de la mort.

Conserver la vie, tel est l'instinct universel chez l'homme comme chez tous les animaux, et ce désir inné motive suffisamment le grand intérêt que nous prenons à tous les moyens qui ont été imaginés pour prolonger l'existence. On a remarqué que la longueur de la vie est presque toujours proportionnelle à la quantité qu'on en a reçue et à celle qu'on dépense ; elle est surtout en rapport avec le temps de l'accroissement du corps. La durée de la vie de l'homme devrait être, terme moyen, de six ou sept fois le nombre d'années qu'il met à s'accroître jusqu'à la puberté. Mais les accidents et les maladies déjouent à chaque instant ce calcul problématique. D'ailleurs, l'homme serait bien à plaindre s'il connaissait l'heure à laquelle il doit arriver au terme de sa carrière. Quelles angoisses n'éprouverait-il pas? de quels plaisirs pourrait-il jouir?... Voyez les vieillards! de quelles terreurs ne sont-ils pas frappés, quand ils apprennent la mort de ceux qu'ils connaissaient? D'ailleurs, cette crainte est naturelle : aux approches de sa destruction, l'homme éprouve un effroi que la religion seule sait affaiblir et vaincre. Un guerrier qui a bravé mille morts, tremble dans un hôpital à l'aspect du chirurgien et de la tombe où le conduit une maladie incurable. Il n'est plus soutenu par l'ivresse de la gloire, et la nature reprend tous ses droits.

Buffon a établi, comme principe de durée de la vie, que les animaux et les végétaux qui s'accroissent avec lenteur sont les plus vivaces; et que tous ceux qui engendrent et multiplient beaucoup, surtout les plus précoces, meurent le plus promptement: par conséquent le sommeil, la torpeur de l'hiver sont des pauses qui ralentissent le mouvement vital et le font persévérer : le loir, la marmotte, l'ours sont plus vivaces que le chien, le cheval, le bœuf, qui travaillent sans cesse et n'ont jamais de repos.

Beaucoup de philosophes prétendent que la vieillesse est un malheur puisqu'elle est toujours accompagnée de fatigues, de douleurs et de maladies. L'existence, disent-ils, est comme la boite de Pandore, le bonheur reste toujours au fond; un auteur a calculé qu'une vie moyenne produisait ordinairement trois ans de bonheur délayés dans soixante à quatre-vingts de misères ou d'insipidités; et cependant, tous tant que nous sommes, nous buvons avec avidité le calice de la vie; et nous l'épuiserions jusqu'à la lie si les maladies ne venaient pas nous enlever quand nous y pensons le moins.

Règles pour vivre vieux.

Pour vivre long-temps, dit Hypocrate, il faut s'abstenir *de tous les excès même de ceux du bien*, et avoir une grande égalité dans l'action des facultés physiques et morales. Par des soins et un régime convenable, on voit souvent des personnes faibles et mal constituées arriver d'incommodités en incommodités, et de migraines en maux de nerfs, à quatre-vingts ans et plus. Combien, à plus forte raison, sont plus grandes les chances de longévité chez un individu bien constitué, et qui n'a éprouvé que de faibles dérangements. *Bacon* disait que pour vivre vieux, il fallait toujours *être en paix avec son cœur*. Plus matérialiste, c'est *Fontenelle* qui a créé ce proverbe que pour exister long-temps, on devait avoir *bon estomac et mauvais cœur*; c'est-à-dire de l'insensibilité et une certaine apathie de caractère.

La profonde sensibilité, l'affliction, les chagrins dévorent la vie; les cœurs trop tendres et passionnés, les imaginations ardentes, les ames mélancoliques qui s'affectent trop des misères humaines abrégent leurs jours et compromettent leur santé. En résumé, ce qui contribue le plus puissamment à prolonger notre passage sur la terre, c'est une vie calme, exempte de passions ardentes; surtout de la colère, de la jalousie, de l'ambition et de l'avarice. Il nous faut une famille, des enfants, des amis vrais; et au physique, un régime de vie très-réglé, une alimentation con-

venable pour restaurer les forces sans occasioner de maladies. Quand on souffre, il faut prendre les moyens convenables pour se guérir promptement, en employant le moins de remèdes violents qu'il soit possible.

Table de mortalité.

Si l'on suit exactement les préceptes tracés par l'hygiène, on peut espérer de voir se réaliser les calculs suivants, que Buffon a établis sur un grand nombre de statistiques de mortalité.

AGE.	DURÉE DE LA VIE.		AGE.	DURÉE DE LA VIE.		AGE.	DURÉE DE LA VIE.		AGE.	DURÉE DE LA VIE.	
ans.	ann.	mois.	ans.	ann.	mois.	ans.	ann.	mois.	ans.	ann.	mois.
0	8	0	22	32	4	44	19	9	65	8	6
1	33	0	23	31	10	45	19	3	66	8	0
2	38	0	24	31	3	46	18	9	67	7	6
3	40	0	25	30	9	47	18	2	68	7	0
4	41	0	26	30	2	48	17	8	69	6	7
5	41	6	27	29	7	49	17	2	70	6	2
6	42	0	28	29	0	50	16	7	71	5	8
7	42	3	29	28	6	51	16	0	72	5	4
8	41	6	30	28	0	52	15	6	73	5	0
9	40	10	31	27	6	53	15	0	74	4	9
10	40	2	32	26	11	54	14	6	75	4	6
11	39	6	33	26	3	55	14	0	76	4	3
12	38	9	34	25	7	56	13	5	77	4	1
13	38	1	35	25	0	57	12	10	78	3	11
14	37	5	36	24	5	58	12	3	79	3	9
15	36	9	37	23	10	59	11	8	80	3	7
16	36	0	38	23	3	60	11	1	81	3	5
17	35	4	39	22	8	61	10	0	82	3	3
18	34	8	40	22	1	62	10	0	83	3	2
19	34	0	41	21	6	63	9	6	84	3	1
20	33	5	42	20	11	64	9	0	85	3	0
21	32	11	43	20	4						

On voit par cette table qu'on peut espérer raisonnablement, c'est-à-dire parier un contre un, qu'un enfant qui vient de naître ou qui a zéro d'âge vivra huit ans; qu'un enfant qui a déjà vécu un an ou qui a un an d'âge vivra encore trente-trois ans; qu'un enfant de deux ans révolus vivra encore trente-huit ans; qu'un

homme de vingt ans révolus vivra encore trente-trois ans cinq mois ; qu'un homme de trente ans vivra encore vingt-huit ans, et ainsi de tous les autres âges.

On observera, 1° que l'âge auquel on peut espérer une plus longue durée de vie est l'âge de sept ans, puisqu'on peut parier un contre un qu'un enfant de cet âge vivra encore quarante-deux ans trois mois ; 2° qu'à l'âge de douze ans on a vécu le quart de sa vie, puisqu'on ne peut légitimement espérer que trente-huit ou trente-neuf ans de plus ; et de même qu'à l'âge de vingt-huit ou vingt-neuf ans on a vécu la moitié de sa vie, puisqu'on n'a plus que vingt-huit ans à vivre ; et enfin qu'avant cinquante ans on a vécu les trois quarts de sa vie, puisqu'on n'a plus que seize ou dix-sept ans à espérer. Mais ces vérités physiques, dit Buffon, si mortifiantes en elles-mêmes, peuvent se compenser par des considérations morales : un homme doit regarder comme nulles les quinze premières années de sa vie ; tout ce qui lui est arrivé, tout ce qui s'est passé dans ce long interval de temps est effacé de sa mémoire, ou du moins a si peu de rapport avec les objets et les choses qui l'ont occupé depuis, qu'il ne s'y intéresse en aucune façon ; ce n'est plus la même succession d'idées, ni, pour ainsi dire, la même vie : nous ne commençons à vivre moralement que quand nous commençons à ordonner nos pensées.

Exemples curieux de longévité.

Les patriarches vivaient plus long-temps que nous ; chez les Grecs et les Romains on a de nombreux exemples de grands hommes qui ont vécu cent vingt et cent cinquante ans. Un recensement fait sous l'empereur Vespasien a constaté qu'il existait alors dans l'Italie du nord plus de cent vingt-quatre centenaires, dont cinquante-sept de cent dix ans, deux de cent quinze, quatre de cent trente-cinq à cent trente-sept [1].

Nos temps modernes offrent également de nombreux exemples de longévité. Le célèbre Haller a cité plus de mille centenaires de cent dix à cent quarante ans ; plus de trente exemples sont cités dans le *Dictionnaire des Sciences médicales*, d'individus qui ont vécu de cent quarante à cent soixante-quinze ans.

On a aussi remarqué que les fous, les imbéciles, vivent très-

[1] Rullier, *Dictionnaire de Médecine*, page 281.

vieux, de même que les hommes d'un caractère enjoué, et qui sont légers et inconstants, tandis que les ambitieux, les conquérants, les gens à passions violentes, meurent dans des âges peu avancés.

Harvey nous a transmis deux faits curieux de longévité. Le premier est l'histoire de Thomas Parr, qui, pauvre, tempérant, sain de corps et d'esprit, vécut sous neuf rois, et prolongea sa carrière jusqu'à 155 ans; et on ne trouva rien dans ses organes qui pût motiver sa mort, que l'on attribua au changement qu'il avait introduit dans sa manière de vivre après avoir obtenu une pension de Charles Ier, roi d'Angleterre. Le second, A. Jenkins, était un pauvre pêcheur qui mourut dans le comté d'Yorck, à cent soixante-neuf ans; il était fort, vigoureux, et nagea dans les courants de rivières jusqu'à cent ans; il avait témoigné en justice jusqu'à cent quarante.

La misère et les travaux pénibles usent l'homme. L'on ne voit des exemples de longévité que parmi les fermiers qui sont à leur aise; on a démontré que le bien-être, la bonne nourriture, diminuaient les mortalités; et, depuis 89, on a établi, d'après des statistiques, que la vie humaine avait augmenté de quatre années. On a aussi observé que les rangs et les conditions élevées ne sont pas favorables à la durée de la vie. A peine trouve-t-on quelques octogénaires dans la liste des empereurs et des rois. Parmi trois cents papes qui, cependant, sont arrivés tard au pontificat, on n'en cite que quatre qui aient dépassé quatre-vingts ans. En revanche, les exemples de longévité fourmillent parmi les ermites et les religieux retirés du monde et soumis aux règles d'une stricte discipline. Les hommes livrés au culte, soit de la *philosophie*, tels qu'Épaminondas, Démocrite, Pythagore, Zénon, Platon, Bacon, Kent; soit des *Sciences*, comme Klépler, Newton, Euler, Buffon, Monge; ou des *Lettres*, tels qu'Anacréon, Sophocle, Fontenelle, Voltaire, Métastase, etc., se sont rendus remarquables par le grand âge auquel ils ont été conduits par une vie embellie par l'étude.

Effets de la tempérance.

Soyez sobres, et vous vivrez long-temps. Si l'on connaît combien de nourriture est nécessaire chaque jour, dit *Sanctorius*, personne ne peut tomber malade. Ce médecin est compétent dans la matière, car il resta vingt-cinq ans dans une balance, pour éprouver les effets

des aliments sur les fonctions de la vie, soit pendant la nuit, soit pendant le jour.

On cite encore dans tous les ouvrages l'exemple de Cornaro, ce noble Vénitien, qui garantit si bien sa constitution frêle et débile, par une sobriété exacte, qu'il parvint au-delà de quatre-vingt-quinze ans. Barthole pesait chaque jour ses aliments, et, quoique valétudinaire, il conserva long-temps la netteté de son esprit dans les fonctions les plus difficiles de la jurisprudence. Gallien se vante d'avoir dû sa santé à son régime alimentaire. Les Allemands, les Hollandais, ne sont si souvent malades qu'à cause de leur intempérance sans cesse renouvelée. L'école de Salerne indique ce précepte : *Pone gulæ metas, et erit tibi longior ætas.*

N'est-ce pas une expérience de tout temps proclamée, qu'à mesure qu'on augmente l'art culinaire, on accroît le nombre des maladies. *Vous vous plaignez de la multitude de vos maux*, disait *Sénèque* aux Romains voluptueux, chassez vos cuisiniers, car c'est d'eux qu'ils proviennent : la gourmandise a tué plus d'hommes que l'épée — *plus gula quam gladius.*

Nous verrons dans les chapitres suivants l'influence positive des aliments sur la santé, et par conséquent sur la longévité. Mais avant, nous allons passer en revue les divers moyens qui ont été proposés pour remplacer la fontaine de Jouvence, dont Demoustier a dit :

> Si tu pouvais, merveilleuse fontaine,
> Reprendre un jour ta source dans Paris,
> Que de minois ridés et défleuris
> Renonceraient aux ondes de la Seine !
> Que tes ruisseaux bientôt seraient taris !

CHAPITRE II.

De l'Art de rajeunir.

On appelle gérocomie la science qui s'occupe des moyens de rajeunir l'homme.

Qu'y a-t-il d'impossible, disent les partisans du rajeunissement, qu'un individu desséché par l'âge reprenne une partie de la vigueur de ses jeunes années? Nous voyons, dit Bacon,

des vieux bœufs épuisés de fatigues par le labourage, mis au vert dans de grasses prairies, reprendre en peu de temps leur embonpoint et la vigueur de leur jeunesse. Nous voyons encore tous les jours des hommes épuisés par de longues maladies reprendre par un régime convenable l'apparence, les forces et l'énergie de l'adolescence. Eh bien! puisque la vieillesse est une maladie qui altère nos tissus et nous mine, pourquoi ne pourrait-on pas trouver des substances capables de régénérer le sang et les humeurs, et par conséquent d'imprimer à l'organisation le même mouvement que celui qui s'opère dans les convalescences, où peu de mois suffisent pour réparer les forces et rétablir l'équilibre dans tous les organes.

S'il est manifeste que les travaux excessifs, les passions violentes, que les aliments durs, coriaces, salés, épicés, excitants, animent plus vivement l'homme et le dessèchent en le vieillissant, ne peut-on, par un régime opposé, rajeunir des vieillards en les nourrissant d'aliments doux et humides, de chairs mucilagineuses, de viandes blanches, de nouvelles plantes et d'aliments analeptiques? Telles sont les questions que nous allons essayer de résoudre.

Des Moyens de rajeunissement.

Pour rajeunir les vieillards et prolonger la vie, on a préconisé à diverses époques une foule de recettes. On a inventé des élixirs, des baumes de longue vie : le célèbre Paraselce préconisa une panacée d'immortalité, ou la vraie pierre philosophale. On s'est servi du thé de longue vie du comte de Saint-Germain, de l'élixir de vie du célèbre Cagliostro, et enfin du magnétisme animal qui tourna toutes les têtes à la fin du dernier siècle.

On connaît encore le conseil suivi par le roi David, devenu vieux, de se réchauffer entre les bras d'une jeune Sunamite. Boërrhave ranima de même un vieux bourguemestre d'Amsterdam; et l'on conçoit facilement que le contact de jeunes filles, que leur haleine douce et leur conversation enjouée puissent avoir une influence très-grande sur les membres glacés d'un homme desséché par l'âge. Mais, outre que cette médecine n'est pas morale, elle ne serait pas sans inconvénient pour la santé des femmes qui se prêteraient à cette médication; ne voyons-nous pas en effet de jeunes et jolies femmes être fanées en quelques années, quand elles épousent des vieillards. On sait que les bergers, qui couchent au milieu de leurs troupeaux, sont exempts de maladies; que les

bouchers, toujours au milieu des émanations de viandes fraîches, jouissent également d'une brillante santé. Claude Hermippus, qui vécut 140 ans, était un maître d'école; et il attribua sa longue vie à sa profession. On a encore recommandé à des vieillards décrépits de retourner à l'allaitement du sein d'une jeune nourrice. Ce moyen a presque toujours été d'une grande efficacité pour eux, comme pour ceux qui sont épuisés par des excès ou des longs chagrins. Mais nous verrons plus tard, que tous les moyens dont la vertu est démontrée sont parfaitement remplacés par l'emploi du Kaïffa et de la Fécule Orientale, dont nous démontrerons la puissante influenee sur les fonctions digestives.

De l'immortalité par la transfusion du sang.

La transfusion du sang est un beau rêve qui occupa l'Europe pendant 25 ans, car on crut avoir arraché à la nature le secret de la vie, et au ciel le feu de Prométhée. Le sang est le principe et l'âme de la vie physique; de sa composition bonne ou mauvaise dépend la santé ou la maladie, car c'est par lui que tous les membres reçoivent les sucs nourriciers qui les animent. Le sang des enfants et des gens bien portants est rosé, léger, et par conséquent il circule dans tous les vaisseaux avec aisance et facilité. Le sang des vieillards et des malades se ressemble; il est épais, noirâtre, et l'on conçoit les troubles qui doivent en résulter pour la santé. Puisque ces principes sont vrais, il ne s'agit donc que de remplacer un sang vicié par un autre qui soit pur.

Ainsi donc pour guérir les maladies et modifier la vie, et peut-être la rendre éternelle, faites circuler dans les veines d'un vieillard le sang d'un jeune homme, et vous rappellerez chez lui la vigueur et la jeunesse.

Cette théorie est vraie, et le miracle du rajeunissement s'opère chaque jour chez des personnes qui, jeunes d'âge, sont vieillies par des maladies, et chez lesquelles on emploie des dépuratifs qui, en renouvelant le sang, guérissent souvent des affections que l'on croyait incurables; mais cette méthode est lente, et au milieu du XVII[e] siècle on pensa que la transfusion immédiate du sang d'un corps dans un autre individu produirait mieux et plus tôt son effet magique. On crut avoir trouvé mieux que la fontaine de Jouvence, car on rêva l'immortalité.

Cette opération fit beaucoup de bruit; elle fut propagée en Angleterre par le docteur Wren, et en Allemagne par les écrits de

Majon, professeur de médecine; en France, elle fut pratiquée par les docteurs Denis et Emmerets; et bientôt ce fut un sujet de discorde parmi les médecins. On obtint cependant de bons résultats; on guérit plusieurs malades réputés incurables. Mais un seul exemple ne réussit pas, et le parlement défendit la transfusion, sous peine de la prison; le même arrêt avait été prononcé contre l'émétique et l'inoculation; mais il a été irrévocable pour la première opération.

MM. Prévost et Dumas ont cependant repris les expériences de la transfusion, et ils sont parvenus à rétablir d'une façon miraculeuse des animaux près d'expirer par suite d'hémorragies excessives, en leur injectant dans les veines du sang pris sur un animal de la même espèce. Blundell[1] a fait vivre, sans nourriture, assez long-temps, des animaux en leur injectant du sang dans les veines.

MM. Waller et Doubleday[2] ont également employé avec succès la transfusion sur trois femmes qui étaient tombées dans un état de faiblesse très-alarmant par des pertes de sang considérables. Le sang fut tiré de la veine d'un homme, et la guérison fut prompte.

Je suis convaincu que si quelques expériences ont mal réussi; ce fut la faute des instruments imparfaits dont on se servit, car on sait que tout le danger de l'opération consiste dans l'introduction de bulles d'air dans les veines, et qu'ensuite il faut injecter du sang de la même espèce, et ne pas vouloir qu'un agneau vive avec le sang d'un loup. Si la transfusion était faite par des médecins et des mécaniciens habiles, je suis persuadé qu'on obtiendrait des effets tenant du miracle, car si la santé et la vie résident matériellement dans la composition du sang, en le modifiant on opérerait des prodiges. De tout temps on lui a attribué de grandes propriétés. Le sang du taureau passait pour un poison dans l'antiquité, et ce fut par son moyen, dit-on, que Thémistocle se donna la mort. Le sang humain était regardé par les Romains comme un remède contre l'épilepsie, et on accourait à un gladiateur expirant, pour boire son sang tout fumant[3].

Louis XI, pour corriger l'âcreté de son sang, buvait de celui d'un enfant que l'on payait pour cela, et il réalisait ainsi la fable des vampires, dont le souvenir effraie encore les femmes et les enfants. Saint François de Paule blâma cette médecine, et l'exhorta à mettre sa confiance en Dieu; et alors Louis XI se chargea d'amulettes religieuses qu'il conserva jusqu'à la fin de ses jours.

[1] *Archives de médecine*, décembre 1825.
[2] *Id. id.*, octobre 1826.
[3] *Quidam, jugulati gladiatoris calido sanguine poto tali morbo se liberarunt.* (Celsus, lib. iij, cap. ij. sect. X.

Ces pratiques réussirent d'autant mieux qu'on lui imposa en même temps des jeûnes et des abstinences qui calmèrent les tourments qu'il éprouvait.

D'après tout ce que nous venons d'exposer, il est bien démontré que l'on ne peut pas prolonger la vie, ni entretenir la santé par un spécifique ou par un remède quelconque; mais que l'on peut raisonnablement espérer de la continuer, jusqu'au terme fixé par la nature, par une alimentation convenable, et par un régime hygiénique sagement combiné. Quel est ce régime de vie? Quels sont les meilleurs aliments, suivant l'âge, le sexe ou les tempéraments? Tels sont les problêmes que nous allons examiner.

Moyens d'affaiblir les passions.

Dans l'antiquité on faisait consister le traitement des maladies dans la nature et la quantité des aliments que l'on prescrivait. Les médicaments étaient peu nombreux et rarement mis en usage. Ce ne fut que dans le moyen âge et dans les temps d'ignorance, que l'alchimie et l'empirisme inventèrent une foule de recettes bizarres qu'on enregistra comme des oracles. Heureusement le temps a fait justice de ces *richesses médicales*, et depuis, les doctrines de Pinel, de Broussais, et surtout d'après le système homœopatique, on doit borner la médecine pratique à l'emploi de moyens pharmaceutiques simples et peu nombreux. Il faut insister sur la diète, le régime et la nature de l'alimentation, et des succès nombreux couronnent chaque jour cette méthode philosophique qu'on pourrait appeler médecine alimentaire.

L'influence des aliments est tellement énergique, que par elle on peut modifier la constitution physique, et réagir en même temps sur les facultés intellectuelles.

Dans l'Inde, dit *Rostan*, la transmigration des âmes a été imaginée pour défendre aux peuples de ces climats brûlants, l'usage des aliments animaux regardés comme funestes dans ces pays.

Pythagore transporta en Grèce cette doctrine, que suivirent long-temps ses nombreux disciples. Moïse a défendu l'usage de certaines viandes; Mahomet a proscrit le vin; Jésus-Christ a prescrit des jeûnes, des abstinences; ces grands législateurs du monde ont pensé avec raison qu'un régime convenable modérait les passions des hommes, et les rendait plus doux et plus faciles à gouverner. On connaît en Amérique les grands avantages des sociétés de *tempérance* qui, en interdisant aux ouvriers l'usage des boissons fortes, a doublé le produit de leur travail en écono-

misant moitié sur leurs dépenses personnelles. Tous les fondateurs d'ordres religieux ont établi des jeûnes et des macérations, afin de modérer *l'aiguillon de la chair*, et aussitôt que les reclus sont devenus riches et ont enfreint les règles concernant le régime alimentaire, des désordres graves s'en sont suivis, et leur suppression est devenue nécessaire. La tempérance est la mère des vertus; les aliments et les boissons excitantes augmentent momentanément la circulation et l'énergie vitale, et abrègent nécessairement l'existence. Si l'on voulait faire brûler une lampe avec trop d'activité, la lumière serait plus vive; mais elle ne tarderait pas à s'obscurcir et à s'éteindre; telle est l'image de la vie.

Rapports du physique et du moral.

Les animaux carnivores, et tous qui ne se nourrissent que de viandes, sont maigres, méchants et féroces. Tandis que ceux qui mangent des plantes (herbivores) sont en général gras, pacifiques et faciles à gouverner : Que l'on compare en effet, le renard, le loup, le tigre, la hyène, avec le bœuf, l'éléphant, la girafe, et l'on verra la différence produite par leur nourriture. L'espèce humaine étant *omnivore* et destinée à se nourrir également de substances animales et végétales, reçoit l'influence physique et morale de cette double alimentation. On remarque en général que ceux qui mangent beaucoup de viandes, ont le sang échauffé, et qu'ils sont disposés aux maladies inflammatoires. Si les hommes n'écoutaient que leurs besoins, comme les animaux, ils mangeraient quand ils auraient faim, et boiraient quand ils auraient soif. Ces deux guides, que la nature leur a donnés, ne les tromperaient jamais; et se nourrissant d'aliments sains, ils ne se trouveraient pas entraînés à des excès dangereux causés par l'attrait des excitants sans nombre inventés par la chimie culinaire.

Quand l'homme est en bonne santé et dans la force de l'âge, il croit pouvoir impunément dépenser sa vie au milieu des excès et des festins joyeux. Un peu de repos a bientôt réparé sa vigueur; mais peu à peu les organes s'usent, les maladies viennent, et un repentir éternel suit de près ces plaisirs d'un moment. En résumé, sur cette terre, les heureux sont les sages, et la nécessité vient toujours imposer un régime sévère quand la raison est incapable de le diriger.

Métempsycose universelle.

La vie est une lutte continuelle entre le principe qui nous anime et les corps extérieurs; c'est par l'alimentation que s'opère cette force de résistance vitale. Le nombre des aliments est infini; ils varient selon les goûts, les pays et les habitudes de chaque peuple. Cependant il est bien démontré que la *substance nutritive* est toujours *identique*. C'est une pâte blanchâtre qui se forme dans l'estomac, et qui, sous forme de chyle, se mêle avec le sang et circule dans tous les organes pour les accroître et les vivifier. Le métempsycose était l'emblême ingénieux de cette transformation permanente des êtres les uns dans les autres, car toutes les substances alimentaires sont extraites de ce qui a reçu la vie. L'homme et les animaux n'ont pas une portion de leur corps, qui n'ait d'abord été partie d'un être qui a vécu. D'après ces principes, on doit concevoir toute l'importance qu'il faut apporter dans le choix et la nature des aliments dont on veut se nourrir; car, si l'alimentation est la cause première de toutes les maladies, c'est aussi par elle et par le régime qu'on peut y remédier. C'est sous ce rapport que nous démontrerons tous les services que peut rendre le Kaïffa. En montrant ses nombreuses applications, nous prouverons combien il mérite la préférence sur tous les autres analeptiques connus, puisqu'il renferme sous un très-petit volume la substance nutritive toute préparée pour la formation du chyle. Aussi son emploi est-il recommandé toutes les fois que le travail de la digestion est troublé par les fatigues, les veilles, l'âge ou les maladies. Les personnes atteintes d'affections maladives rebelles aux secours de la médecine, ne doivent pas éternellement se médicamenter, car c'est exposer à la loterie le peu de santé qui leur reste; elles doivent se résigner, se créer une manière de vivre simple et rationnelle; employer le Kaiffa et la fécule orientale pour aliment journalier; éviter tout excès, toute fatigue; et en continuant ce régime elles seconderont les efforts de la nature, et elles obtiendront une amélioration qu'elles n'auraient jamais obtenue par l'emploi de moyens violents.

Du principe nutritif des aliments.

On sait que les corps inorganiques ne fournissent pas de principes alimentaires. Ils sont tirés exclusivement du règne végétal et du règne animal, parce qu'eux seuls ayant déjà été animés, présentent de l'analogie avec

notre substance. Pour stimuler notre appétit et satisfaire nos goûts variés, la nature a caché sous mille formes séduisantes le principe alimentaire, qui, comme nous l'avons dit, est toujours de même nature. *Alimenti nutrimentum.*

L'estomac est l'agent intelligent chargé d'extraire et de rejeter tout ce qui ne peut convenir à notre organisation. Ce travail merveilleux se fait chaque jour, à toute heure, et sans qu'on y pense; mais, du moment qu'il y a trouble dans la santé, l'estomac en ressent à l'instant même les funestes conséquences. L'appétit cesse, la langue devient pâteuse, l'haleine chaude et désagréable. C'est ce qui a fait dire que l'estomac était le pivot de la vie. Bacon le comparait à un chef de famille formée par les membres du corps humain. Si le chef est en état de souffrance, le reste de la famille ne peut prospérer. Dans ces derniers temps, *Broussais* a démontré que la plupart des maladies internes avaient leur siége primitif dans l'irritation des membranes de l'estomac et des intestins. De là sont venues les dénominations de *gastrite* et de *gastro-entérite* que tout le monde connaît. D'après ces considérations, quand la santé se trouble, il est facile de concevoir combien il est utile de ne pas fatiguer les organes de la digestion par des substances dures et difficiles à convertir en chyle et en sang. Cependant il faut manger, il faut réparer ses forces, ranimer le principe vital : il faut fournir à chaque tissu qui nous compose les sucs nourriciers dont il a besoin, et toutes ces indications se trouvent admirablement remplies par l'emploi du KAÏFFA et de la FÉCULE orientale. Ces deux substances alimentaires sont composées de molécules nutritives, faciles à convertir en sang, puisque l'analyse chimique a prouvé que leurs principes constituants étaient les mêmes que ceux du chyle. Par conséquent elles sont supérieures à tous les analeptiques préconisés jusqu'à ce jour, d'autant plus qu'elles ont une odeur suave et un goût fort agréable. Les qualités précieuses de cette alimentation ont mérité à *M. Lamory* et l'approbation des médecins les plus distingués, et un brevet d'importation, par ordonnance du roi, insérée au *Bulletin des Lois*.

CHAPITRE III.

Du Kaïffa d'Orient.

Avant la découverte du Kaïffa et son importation en France, l'alimentation et la *nutrition* offraient un important problème à résoudre, celui de trouver une substance qui, sous un petit volume, présentât un puissant nutritif, sain, léger, de facile digestion, et qui convînt également à tous les âges, à tous les sexes, à toutes les constitutions, à tous les tempéraments. La découverte du *Kaïffa*, connu dans le royaume du Bernou sous le nom de *Drow*, et dans ceux de Tambouc, de Maroc et la régence de Tunis, etc., sous ceux de *Souki*, d'*Agow* et de *Kofnowmi*, l'a complétement résolu.

Ce précieux aliment est en effet aussi recherché qu'estimé dans tout l'Orient. Il doit cette grande célébrité tant à ses propriétés nutritives qu'à la promptitude avec laquelle il remédie à l'épuisement des forces et rétablit la santé, en entretenant le juste équilibre des fonctions vitales. Le *Kaïffa* contribue encore si efficacement au développement, et, par suite, à la beauté des diverses parties du corps, que les Orientaux l'ont surnommé, de temps immémorial, *trésor de la vie*.

Tous les riches personnages en font un usage continuel, surtout dans les moindres dérangements d'estomac; sous forme de crême, avec le lait, le *Kaïffa* est le plat obligé de tous les grands repas. Enfin, toutes les caravanes ne manquent pas de s'en approvisionner, comme un puissant secours contre les effets produits sur l'économie animale par l'épuisement et la fatigue, inséparables des grands voyages, au milieu de toutes les privations.

D'après un grand nombre de renseignements pris dans le Levant, et une infinité d'essais faits en France par des médecins très-distingués, ainsi que d'après le rapport qui a été fait à la Société des Sciences physiques et chimiques, par la section de médecine, le *Kaïffa* jouit de propriétés alimentaires et médicamenteuses bien démontrées, et nous ne croyons pouvoir mieux les faire connaître qu'en consignant ici un extrait du rapport fait à la Société des Sciences physiques et chimiques. Enfin, le Gouvernement vient d'accorder un brevet pour en autoriser la vente en France et à l'étranger.

Rapport de la Commission d'examen sur le Kaïffa, substance alimentaire, analeptique et pectorale d'Orient.

La Société nous a chargés :

MM. *Barthez*, docteur en médecine, ancien pharmacien au Val-de-Grâce ;

Cottereau, docteur-médecin, professeur agrégé à la Faculté de Médecine de Paris ;

Fabre, docteur-médecin, directeur de la Société médico-philanthropique,

Julia de Fontenelle, professeur de chimie médicale, membre de la commission sanitaire du quartier de l'École de Médecine ;

Quesneville fils, médecin-chimiste, membre de plusieurs Sociétés savantes ;

De lui faire un rapport sur le *Kaïffa* qui lui a été présenté par M. L.-J. Frédéric Lamory.

Avant de procéder à l'examen de cette substance, nous avons fait appeler l'auteur : il nous a remis confidentiellement sa recette, avec laquelle nous avons préparé et obtenu un produit semblable à celui qu'il avait adressé à la Société.

Les substances dont se compose le *Kaïffa* sont au nombre de huit ; elles sont végéto-animales, et choisies parmi celles qui tiennent le premier rang comme alimentaires, analeptiques et pectorales.

Le plus heureux choix semble avoir présidé à cette composition. L'auteur nous en a présenté deux espèces : l'une à la vanille, et l'autre sans aucun parfum.

Toutes les deux, préparées à l'eau, et mieux encore au lait, à la dose d'une bonne cuillerée à soupe ou d'une cuillerée et demie, par tasse de huit à dix onces de lait, donnent une crême d'une saveur très-agréable tirant sur le cacao.

Nous avons fait usage nous-mêmes de cette substance alimentaire ; nous l'avons également fait prendre à plusieurs convalescents, et les bons effets qu'elle a produits nous ont démontré que le *Kaïffa* est un aliment très-sain, très-léger, de facile digestion, très-propre à rétablir les forces. Il convient non-seulement à ceux dont les fonctions digestives ne s'opèrent pas bien ; mais il est aussi parfaitement indiqué contre les maladies de poitrine, contre celles d'épuisement et celles qui sont dues à un accroissement trop rapide ; contre les rhumes invétérés ; enfin, dans toutes celles où il y a asthénie. Cette substance est aussi un très-bon aliment, tant pour les valétudinaires que pour les adolescents, les femmes débiles, les nourrices et les vieillards.

D'après ce qui précède, et les propriétés reconnues de ses principes constituants, nous pensons que le *Kaïffa* est bien supérieur aux diverses compositions de ce genre.

Paris, ce 15 décembre 1832.

Les Membres de la Commission,

Barthez, Cottereau, Julia de Fontenelle, Quesneville fils et Fabre, *Signé.*

Pour copie conforme à la minute du Rapport,

Paris, ce 20 décembre 1832.

Le Secrétaire perpétuel de la Société,

Julia de Fontenelle.

Conseils aux Femmes.

Un excellent régime pour un homme qui est jeune et qui se porte bien, c'est d'avoir de la fortune et de savoir la dépenser avec un bon cuisinier. Quelques excès de temps en temps ne portent aucun trouble dans son organisation; mais, sous ce rapport, les femmes ne jouissent pas du même privilége. Mille incommodités signalent leur jeunesse et leur entrée dans le monde. C'est au prix des plus cruelles douleurs qu'elles achètent le doux titre de mère, et quand elles arrivent au milieu de la vie, il semble que la prolongation de leur existence ne soit qu'un brevet d'infirmités. Ainsi, chaque période d'âge est marquée chez le beau sexe par une révolution plus ou moins orageuse. Quel remède y apporter? aucun! Ces changements sont indiqués par la nature, et on doit se borner à prescrire le Kaïffa et un régime alimentaire qui soit en rapport avec l'état de l'estomac, qui est en quelque sorte l'écho universel de toutes les douleurs physiques et morales. On doit faire usage du Kaïffa au lait et de la Fécule orientale, soit au gras, soit au maigre, quand la puberté se développe difficilement et quand les femmes sont enceintes, car l'enfant se développera mieux sans fatigue pour la mère. Les dames, surtout dans les grandes villes, font souvent un usage habituel du café au lait ou du chocolat, et elles finissent bientôt par en ressentir les funestes résultats qui sont des maux d'estomac, des pertes blanches, des coliques, des migraines. Le seul moyen d'y remédier est de changer cette habitude, et de la remplacer par l'emploi du Kaïffa, qui offre une alimentation plus riche et plus propice pour la membrane de l'estomac. Nous conseillons encore cette substance aux femmes maigres, stériles, et à toutes celles qui, étant d'une constitution faible et délicate, ont peu d'appétit; car en peu de mois, il imprimera une modification puissante à toute l'organisation. Il retarde l'âge critique, donne de l'embonpoint, et, par conséquent, il fait disparaître les rides d'une vieillesse précoce, en même temps qu'il donne de l'éclat et de la fraîcheur au teint. Que de femmes, nouvelles Ninon de Lenclos, savent conserver jusque dans un âge fort avancé tout l'éclat de leur jeunesse. Qu'on ne croie pas que ce soit l'effet du hasard, c'est toujours le résultat d'un régime hygiénique sagement combiné. La seule, la véritable coquetterie consiste dans l'art de se bien porter; la beauté n'existe pas sans la santé. On sait qu'Hygie est sœur de Vénus; et en ayant soin de prévenir les maladies, les femmes sont toujours sûres de prolonger leur jeunesse et les attraits dont la nature les a parées; et chez

les dames ce n'est pas peu de chose, car, souvent, leur bonheur domestique en dépend.

Régime des enfants et des jeunes gens.

Il faut aux enfants une nourriture douce et très-réparatrice; doués d'une énergie vitale prodigieuse, leurs organes ont besoin d'être sans cesse vivifiés, et en général, cet âge ressemble à un feu vif et brillant qu'il faut sans cesse alimenter. Ce besoin de manger, chez les enfants, est d'autant plus pressant qu'ils sont plus près de leur naissance, parce que l'accroissement est proportionnellement plus rapide qu'à toute autre époque de la vie. On doit, surtout, bien faire attention à la santé de la nourrice, et donner d'autant plus d'aliments à l'enfant qu'elle a moins de lait à sa disposition. Dans ce cas, on doit prescrire à la nourrice la Fécule orientale avec du bouillon gras, afin d'activer la nutrition et la sécrétion du lait. On doit donner à l'enfant du Kaïffa au lait, ce qui est plus léger et plus nutritif que toutes les bouillies et panades dont on avait l'habitude de se servir. Le Kaïffa et la Fécule orientale sont spécialement salutaires aux enfants maigres, faibles, rachitiques ou atteints de maladies chroniques dont la cause est inconnue. En peu de mois, la santé s'améliore; et l'accroissement, quelquefois suspendu, reprend toute son énergie, ce qui permet aux os de se solidifier, et aux chairs de se développer et de se raffermir.

La diète convient peu aux enfants, parce que l'estomac travaille, non-seulement pour subvenir à leur extrême mobilité et à l'entretien du corps, mais encore pour leur accroissement. Aussi, pour sauver les enfants dont l'estomac manque d'énergie, il faut beaucoup de soins de la part de ceux à qui ils sont confiés. L'instinct maternel, en variant ses soins, en essayant mille modes ingénieux d'alimentation, a sauvé plus d'enfants que toutes les facultés de médecine. Quand un enfant est maladif, il faut avant tout ne pas satisfaire ses caprices et ses goûts bizarres, l'empêcher de manger des crudités, régler ses repas, et insister toujours sur les substances nutritives et de facile digestion.

Quand les jeunes gens sont dans les colléges, voilà d'autres tourments pour leurs parents : ils y contractent de mauvaises habitudes et ils en reviennent maigres, pâles, chétifs et à demi poitrinaires. Ils deviennent hébétés, la mémoire se perd. C'est dans ces circonstances graves qu'il faut une surveillance active et beau-

coup de douceur. On doit recommander l'exercice du cheval ou de la chasse, les promenades, et donner pour aliment ordinaire le Kaïffa et la Fécule orientale en potages, afin de présenter à l'estomac une alimentation nutritive et non excitante pour le système nerveux. Ce régime vaut mieux que les reproches ou la lecture de l'ouvrage de Tissot, qui produit constamment l'effet opposé à celui qu'on en attend.

Hygiène des vieillards.

La vieillesse seule amène la dégradation de notre constitution. C'est le purgatoire de la vie, l'époque des maladies et l'âge de la sagesse. Écoutez un vieillard, ses avis sont toujours bons; car, pour lui, il n'y a plus d'illusion, et heureux vous serez, si vous les mettez en pratique. Si, de temps en temps, il vous parle de lui, de sa jeunesse et des temps passés qu'il regrette, ayez de l'indulgence, car il est bien pénible d'avoir traversé une vie remplie d'amertume, pour la voir finir au milieu des souffrances; et cependant, telle est notre destinée jusqu'à ce que la tombe vienne nous réclamer. Toutes les affections de la vieillesse ont un caractère commun, c'est la débilité des membres, l'affaiblissement des sensations, l'irritabilité du système nerveux; en même temps, la digestion est lente et en désaccord avec l'appétit, les chairs se ramolissent, les cheveux, les dents s'altèrent, la peau se sillonne de rides profondes, le sommeil est nul, et peu à peu l'organisation s'écroule, soit brusquement par un accident, soit lentement, soit par des maladies dont il est rare que l'art puisse triompher. Les deux extrémités de la vie semblent se toucher; l'enfant crie sans cesse, et le vieillard se plaint toujours; l'un et l'autre sont faibles, et il faut les restaurer puissamment. Si l'enfant croît, et s'il a une grande mobilité, le vieillard s'use par la réflexion, la souffrance et le défaut de sommeil. Il faut, à l'un comme à l'autre, une nourriture très-analeptique. C'est sous ce rapport que le Kaïffa, éminemment propice à la jeunesse, convient également à la vieillesse, surtout, sous forme de Fécule orientale, avec de bons consommés, des viandes rôties et un vin vieux et généreux qu'on a surnommé le petit lait de cet âge. Il faut éviter les émotions fortes, principalement les excès, en quelque genre que ce soit. On doit habiter un appartement bien aéré; se lever de bonne heure, se choisir une société agréable, éviter le froid et l'humidité; et à l'aide de ces indications prescrites par

l'hygiène, on conservera ses vieux jours exempts de douleurs et d'infirmités. Enfin on diminuera, si on ne peut les guérir, celles dont on sera atteint.

La première de toutes les règles, quand on traite un vieillard, est de ne donner que peu de médicaments, parce que les crises violentes sont presque toujours dangereuses. On doit se borner à modifier le régime, à ranimer les fonctions digestives, afin de rétablir l'équilibre qui veut se rompre. Par ces moyens simples et rationnels, on opère souvent des cures merveilleuses.

Nous avons démontré toute la fausseté des spécifiques mystérieux que la crédulité des temps passés avait accueillis et qui produisaient presque toujours l'effet opposé. Nous avons démontré que l'organisation humaine ne pouvait être modifiée que par l'alimentation, et sous ce rapport, nous affirmons, d'après de nombreuses observations, que le Kaïffa et la Fécule orientale sont les substances qui agissent avec le plus d'efficacité; elles restaurent les forces sans exciter le genre nerveux, et leur emploi rétablit l'équilibre sans produire aucune commotion violente. En conséquence, nous les recommandons pour la toux, l'hypocondrie, les irritations de vessie, la gravelle, les catarrhes de poitrine, les névralgies, la goutte et les rhumatismes; et nous les conseillons dans la certitude qu'en agissant sur le sang, elles produiront toujours quelques changements avantageux.

Régime des convalescents.

On aurait grand tort de regarder comme une chose bien facile, la direction des malades pendant leur convalescence. Les moindres écarts peuvent faire naître des orages, et donner lieu à des accidents plus terribles que ceux qui viennent de se dissiper. Que d'hommes, à peine échappés des bras de la mort, ont été victimes de leur indocilité, ou d'une imprudence dans l'alimentation. Dans le monde, on croit souvent qu'il est indifférent de manger telle ou telle substance. Oui, sans doute, quand vous êtes en bonne santé; mais, dans la convalescence, quand les membranes sont encore irritées, gardez-vous bien de vous nourrir de substances dures à digérer. A la suite de longues maladies, le convalescent est quelquefois tourmenté par un besoin continuel de manger; mais il faut bien se défier de cette

faim vorace qui amène de fréquentes indigestions, si on a l'imprudence de la satisfaire. C'est le cas d'employer trois ou quatre fois par jour le Kaïffa ou la Fécule orientale dans du bouillon gras plus ou moins succulent. Les autres aliments doivent être choisis également parmi ceux qui nourrissent beaucoup sous un petit volume et sans être excitants. Il est dangereux de satisfaire l'appétit; l'on doit augmenter graduellement en passant successivement des plus légers aux plus solides, selon les prescriptions de son médecin.

Le Kaïffa est surtout recommandé à la suite des maladies qui ont nécessité l'emploi du mercure, de l'iode, des purgatifs, des sangsues et de toutes les médications actives qui ont diminué l'action vitale, et causé un affaiblissement de la constitution.

Affaiblissement de la constitution.

La diminution des forces vitales est marquée par la pâleur, l'abattement des traits, la langueur dans l'attitude et les mouvements, la faiblesse du pouls, la diminution de chaleur, la sensibilité au froid, la cessation ou la perversion de l'appétit, et la difficulté de la digestion, occasionée par la mollesse des fibres de l'estomac et des glandes qui doivent fournir les sucs nécessaires à la formation du chyle; alors l'individu tombe dans le marasme, l'éthysie, et finit par mourir desséché par une agonie lente et douloureuse. La faiblesse générale se montre à la suite des excès, des maladies, dans la vieillesse et chez les personnes d'une frêle constitution, nées de parents de mauvaise santé ou qui habitent des pays mal sains, des appartements bas, humides et mal aérés. Le scorbut, par exemple, était le fléau de la navigation; tout le monde sait que cette maladie est toujours produite par la mauvaise nourriture et l'emploi des salaisons à bord des bâtiments. On a cherché pendant long-temps des moyens pour s'en préserver, et l'on n'y est parvenu qu'en renouvelant souvent les provisions de l'équipage et par l'emploi de viandes fraîches et de légumes conservés dans des boîtes de fer-blanc. Ce fait prouve la grande influence de l'alimentation sur les maladies.

Dans le jeune âge, la faiblesse de constitution empêche l'accroissement et cause des difformités dans les membres; si c'est au milieu de la vie, l'individu devient apathique, nonchalant, triste, hypocondriaque. Chez les femmes, cela occasione mille désordres qu'il est inutile d'énumérer; il est d'autant plus urgent de remédier à cette débilité générale dès qu'elle se montre, que, si

on attend quelques années, il est souvent trop tard; car, il se développe des maladies internes qui, quoique non apparentes, n'en sont pas moins réelles, et que dans le monde on se borne à qualifier de maladies imaginaires; terme ridicule, parce qu'à moins d'être un fou, personne ne prend plaisir à fatiguer sa famille par l'énumération de maux qui n'existeraient pas.

Quand il y a faiblesse d'organisation, il faut faire en sorte de ranimer le principe vital par des promenades, des exercices gymnastiques, des bains de gélatine, des frictions sèches et surtout par l'emploi long-temps continué du Kaïffa, de la Fécule orientale et de viandes bouillies ou rôties, accompagnées de vin de Bordeaux en petite quantité. L'appartement où l'on résidera devra être sec, bien aéré, et l'on devra éviter autant que possible la solitude et l'ennui.

La faiblesse générale peut encore être produite par des maladies, des saignées, des veilles prolongées, des voyages, des jeûnes, des mauvaises habitudes de pension, des excès dans les premiers temps du mariage, des chagrins violents, des revers de fortune et par mille autres causes qu'il serait trop long de rappeler. Dans toutes ces circonstances, l'estomac est en souffrance, et l'on doit y remédier par l'usage du Kaïffa et de la Fécule orientale; et peu de temps après un changement avantageux se sera manifesté, surtout si la débilité est consécutive; car l'on comprend qu'il est plus facile d'y remédier qu'à la faiblesse résultant d'une mauvaise constitution.

Propriétés du Kaïffa et de la Fécule orientale.

Ces deux substances jouissent des mêmes propriétés et s'emploient dans les mêmes circonstances sous une forme différente; le Kaïffa est très-agréable au goût; il a remplacé le café au lait et le chocolat, qui étaient très-échauffants ainsi que toutes les pâtes et fécules, qui sont indigestes et qui délabrent l'estomac. Comme analeptique, il guérit les affections nerveuses, les irritations d'estomac et d'entrailles, et c'est le seul aliment capable de prolonger la vie, en rétablissant promptement les forces épuisées par l'âge, les travaux ou les maladies. Ce nouveau comestible convient aux enfants, aux vieillards et surtout aux femmes, puisqu'en rétablissant les fonctions digestives il donne de l'embonpoint, de l'éclat et de la fraîcheur au teint : comme pectoral, le Kaïffa mérite aussi la préférence sur les autres substances pectorales; car en peu de temps il fait cesser la toux, les

rhumes, les coqueluches, les catarrhes et toutes les irritations de poitrine.

Irritations de poitrine et d'estomac.

Une mauvaise constitution, des rhumes négligés, ou des maladies occasionent souvent des irritations de poitrine qui sont caractérisées par des toux sèches, des douleurs sourdes au-dessous des côtes; la respiration est courte, quelquefois il y a crachement de sang ou expectoration de crachats visqueux, ou noirâtres; le dépérissement est prompt, et il est très-important d'y remédier. On doit boire des décoctions émollientes de guimauve, de lichen d'Islande, de bourrache, etc., selon les prescriptions de son médecin; mais ce qui est le plus important est de suivre un régime alimentaire très-doux quoique doué de principes nutritifs suffisants pour entretenir l'énergie vitale, qui tend d'autant plus à s'affaiblir que les poumons sont plus irrités; car l'on sait de quelle importance est la respiration sur notre existence : il faudra prendre du Kaïffa deux ou trois fois par jour, manger des viandes blanches, se couvrir de flanelle, peu parler, se tenir tranquille et éviter tout excès. Par ces conseils simples, on est presque toujours sûr de voir cesser, en quelques semaines, des rhumes, des coqueluches et des toux rebelles; et chez les enfants on prévient l'invasion du croup, maladie terrible qui est si souvent mortelle quand on emploie des substances irritantes.

Je n'ai pas besoin de réfuter ici la barbare opération que l'on a proposée pour guérir le croup, et qui consiste à ouvrir la gorge de l'enfant pour le faire respirer; je ne pense pas qu'aucun médecin veuille de nouveau tenter un moyen qui n'a jamais abouti qu'à la mort du malade.

Sous le nom d'*irritations d'entrailles*, on comprend une infinité de maladies qui sont plutôt nerveuses que dépendantes d'une altération d'organes; telles sont les constipations, les pertes d'appétit, les aigreurs, les vents, les coliques sourdes, les tiraillements intérieurs, etc. Depuis la doctrine de Broussais, on désigne ordinairement les inflammations d'estomac sous le terme de *gastrite;* et celles d'entrailles, sous celui de *gastro-entérite* : ces deux états peuvent occasioner tous les accidents possibles; c'est pourquoi il est urgent d'y remédier sérieusement aussitôt qu'on s'en aperçoit. Il faut diminuer sa nourriture, régler ses repas, éviter les aliments de haut goût, les crudités, les liqueurs et se nourrir, soit de Kaïffa au lait, soit de Fécule orientale au gras; ces substances, étant onctueuses

et très-analeptiques, calmeront en peu de temps l'agacement nerveux des membranes muqueuses. L'influence des molécules du Kaïffa sur le système nerveux est tellement puissante, que l'emploi de cette substance calme presque toutes les maladies nerveuses, qui sont ordinairement l'écueil et le désespoir de la médecine.

CHAPITRE IV.

Observations de guérisons.

Je soussigné, docteur en médecine, membre de l'Académie royale de Médecine, chevalier de la Légion-d'Honneur;

Certifie que le *Kaïffa* est très-utile comme composé alimentaire, et comme médicament, dans les convalescences longues et pénibles; lorsque les organes de la digestion ont été frappés d'atonie: j'en ai retiré de bons succès. En foi de quoi j'ai donné la présente attestation.

Paris, ce 13 janvier 1833. *Signé* Castel, *Docteur.*

Vu à la mairie du premier arrondissement de Paris, pour légalisation de la signature de M. Castel, apposée ci-dessus.

Paris, ce 15 janvier 1833.

Pour le Maire, *Signé* Coubillot, *Adjoint.*

Je soussigné, docteur en médecine, chevalier de la Légion-d'Honneur, professeur de botanique, membre de la Société des Sciences physiques et chimiques, médicale, d'émulation, d'horticulture et linnéenne de Paris et Bordeaux;

Certifie avoir fait usage du *Kaïffa*, et m'être convaincu que c'est un fort bon aliment qui convient aux convalescents, ainsi qu'aux personnes dont la digestion se fait difficilement, et à celles qui sont disposées au marasme.

Fait et délivré à Paris, ce 4 janvier 1833. *Signé* Tollard.

Vu pour légalisation de la signature de M. Tollard, apposée ci-dessus.

Paris, ce 16 janvier 1833.

Le Maire du 9[e] arrondissement, *Signé* Lesecq, *Adjoint.*

Je soussigné, docteur en médecine, membre et secrétaire-rapporteur de la Société de médecine-pratique, vice-président de la Société des Sciences physiques et chimiques, de l'Académie royale des Sciences de Rouen, chevalier de la Légion-d'Honneur;

Certifie avoir fait usage du *Kaïffa*, l'avoir ordonné à plusieurs malades et en avoir retiré de bons effets; je pense que cette poudre

alimentaire peut être utile aux estomacs délicats, irritables; qu'elle peut remplacer avec de grands succès le chocolat.

Paris, ce 10 janvier 1833. *Signé* Tanchou.

Vu par nous, maire du deuxième arrondissement, pour légalisation de la signature de M. Tanchou, apposée ci-dessus.

Paris, ce 15 janvier 1833. *Signé* Berger, *Maire.*

Je soussigné, docteur en médecine de Paris, chevalier de la Légion-d'Honneur, membre de la Société de médecine-pratique et de celle des Sciences physiques et chimiques de Paris;

Certifie avoir reconnu dans l'usage du *Kaïffa*, que j'ai ordonné à mes malades, une substance alimentaire analeptique, fort agréable, digne d'être recommandée aux convalescents dans les cas d'épuisement.

Paris, ce 14 janvier 1833. *Signé* Fauverge.

Vu par nous, maire du deuxième arrondissement de Paris, pour légalisation de la signature de M. Fauverge, apposée ci-dessus.

Paris, ce 15 janvier 1833. *Signé* Berger, *Maire.*

Je soussigné, docteur en médecine, professeur d'accouchements, de maladies des femmes et des enfants, chirurgien-major des armées, membre de la Société médico-philantropique, des Sciences physiques et chimiques, de l'Athénée médical;

Certifie qu'ayant eu occasion de faire usage du *Kaïffa*, et l'ayant conseillé à plusieurs convalescents, je regarde cette substance comme un très-bon nutritif et de très-facile digestion.

Paris, ce 2 janvier 1833.

Signé L. Colombe, *Docteur.*

Vu par le Maire du onzième arrondissement de Paris, pour légalisation de la signature ci-dessus de M. Colombe, docteur en médecine.

En mairie, le 16 janvier 1833. *Signé* Demonts, *Adjoint.*

Je soussigné, docteur en médecine, médecin de l'hospice temporaire de Picpus, médecin du bureau de charité, à la commission de salubrité du 8e arrondissement, professeur de thérapeutique et de matière médicale, ancien chef de clinique à l'hospice de la Faculté de Médecine, membre de la Société d'émulation de Paris;

Certifie que le *Kaïffa* est un excellent nutritif aromatique et mucilagineux pour activer la convalescence. Cet aliment médicamenteux excite d'une manière heureuse les forces digestives lorsqu'elles sont dans un état de débilité complète,

Paris, ce 4 janvier 1833. *Signé* Patrix, *Docteur.*

Vu par nous, Maire du huitième arrondissement, pour légalisation de la signature de M. Patrix.

Paris, le 17 janvier 1833. Pour le Maire, Rayret, *Adjoint.*

Je soussigné, docteur en médecine, membre de plusieurs Sociétés savantes;

Certifie que la substance désignée sous le nom de *Kaïffa*, aliment aussi sain que léger, peut remplacer avec de grands avantages le chocolat et le café au lait, surtout dans les débilités d'estomac causées par de longues gastrites; et que je n'ai eu qu'à me louer de son usage dans tous les cas semblables.

Paris, ce 4 janvier 1833. *Signé* Grimaud.

Vu par nous, Maire du onzième arrondissement, pour légalisation de la signature de M. Grimaud.

Paris, le 18 janvier 1833. *Signé* Desmonts, *Adjoint.*

Je soussigné, docteur en médecine de Paris, professeur d'anatomie générale;

Certifie que le *Kaïffa* est un aliment qui peut être donné avec de grands succès aux personnes dont la poitrine est faible; sa digestion facile permet surtout de le donner aux nouveaux-nés, qu'il anime légèrement. J'en ai retiré d'heureux avantages en le prescrivant à plusieurs malades atteints d'irritation chronique du tube digestif.

Signé Daniel St-Antoine.

Je soussigné, docteur en médecine de Paris,

Certifie que l'usage du *Kaïffa* peut être employé avec de grands succès dans les convalescences longues et difficiles. C'est un bon analeptique dont les malades se trouvent fort bien.

Paris, ce 8 janvier 1833. *Signé* Taffin, *Docteur.*

Vu par nous, Maire du quatrième arrondissement, pour légalisation de la signature de M. Taffin.

Paris, le 15 janvier 1833. *Signé* Maia, *Adjoint.*

Je soussigné, docteur en médecine des universités de Coïmbre et de Louvain, membre de plusieurs sociétés savantes;

Déclare que le *Kaïffa* est une substance alimentaire analeptique dont les propriétés ne sont point douteuses, et que j'en ai obtenu de bons effets pour rétablir les forces chez plusieurs personnes, ainsi que pour plusieurs convalescents dont l'estomac ne digérait que très-difficilement tout aliment. En foi de quoi j'ai délivré la présente attestation.

Paris, ce 2 janvier 1833.

Signé Vasconcellos, *docteur médecin.*

Je soussigné, docteur en médecine de la Faculté de Paris, chirurgien du collége royal de Saint-Louis, et du 4e dispensaire de la Société philantropique, médecin du bureau de charité du 10e arrondissement de Paris;

Atteste que le *Kaïffa*, substance alimentaire que prépare M. Lamory, par son goût agréable, ses qualités éminemment

nutritives, sa facile digestion, me paraît être une découverte très-heureuse et très-utile à l'humanité.

Comme médecin, j'en recommande l'usage.

Paris, ce 16 janvier 1833. *Signé* E. MOULLIN,
Rue de Bussy, n° 15.

Vu par nous, Maire du dixième arrondissement de Paris, pour légalisation de la signature de M. E. Moullin, apposée ci-dessus.

Paris, le 18 janvier 1833. *Signé* BRIANT, *Adjoint.*

Je soussigné, docteur en médecine, chirurgien des universités de Vienne, de Pavie, associé de la Société royale d'Édimbourg, membre de la Société des Sciences physiques et chimiques de Paris, de l'Académie royale des Sciences de Rouen, des Sociétés linnéennes de Paris et Bordeaux;

Déclare qu'ayant eu occasion de faire usage et de conseiller le *Kaïffa* à plusieurs convalescents, à des personnes d'une faible constitution, et à d'autres tombées dans un état de marasme, j'en ai constamment obtenu de très-bons effets. En foi de quoi j'ai donné la présente attestation.

Ce 5 janvier 1833. *Signé* BENNATI.

Je soussigné, docteur en médecine, officier de la Légion-d'Honneur, chirurgien en chef de l'hôpital militaire du Gros-Caillou, membre de plusieurs Sociétés savantes;

Certifie avoir essayé et prescrit avec d'heureux succès le *Kaïffa* dans les asthénies complètes de l'estomac, et déclare que cette substance douce, agréable et analeptique, peut être employée dans les faiblesses de cet organe.

Paris, ce 5 janvier 1833. *Signé* POIRSON.

Vu pour légalisation de la signature de M. Poirson, apposée ci-dessus.

Paris, le 15 janvier 1833.

Le Maire du dixième arrondissement de Paris,
BESSAC LAMEQUE.

KAÏFFA D'ORIENT

Analeptique Pectoral Breveté du Gouvernement

Instruction sur la manière de l'employer.

Il se prépare à l'eau, et mieux encore au lait, à la dose de deux cuillerées à soupe pour une chopine ou deux verres de lait, qu'on verse froid peu à peu sur cette poudre, en la délayant bien exactement. Puis on fait bouillir le

tout six à huit minutes, en ayant soin de toujours remuer avec une cuiller, comme pour préparer le chocolat; on peut y ajouter de l'eau de fleur d'orange si l'on en aime le goût.



Manière de l'employer pour potage.

La Fécule orientale jouit des mêmes propriétés que le Kaïffa et s'emploie de la manière suivante : Pour faire un potage, il faut une ou deux cuillerées à soupe de cette poudre, et la délayer à froid, en l'agitant et en versant dessus, peu à peu, une tasse contenant deux verres de bouillon de viande ou de légumes. Quand tout est bien mélangé, on le fait bouillir pendant huit à dix minutes en remuant toujours avec une cuiller.

Si on l'emploie avec du lait pour faire des crêmes orientales, on devra y ajouter du sucre, et, si l'on veut, un peu d'eau de fleur d'orange pour en rehausser le goût.

Les potages de Fécule orientale, soit au gras, soit à l'eau et au beurre frais, doivent être salés convenablement.

La Fécule orientale peut encore s'employer pour rendre le pain plus savoureux, plus nutritif et plus léger. Dans ce cas, on en fait ajouter par son boulanger une cuillerée par livre de farine. Cette manière d'employer la Fécule orientale convient surtout pour ceux qui ont la poitrine faible, l'estomac irrité, et qui ont des digestions laborieuses.

AVIS IMPORTANT.

CONSERVATION. Le Kaïffa et la Fécule orientale doivent être conservés dans un endroit très-sec. Ce sont des poudres blanches, légèrement rosées, renfermées dans des flacons fermés avec une bande dentelée, avec timbre sec en relief. En outre, il y a une coiffe extérieure ronde, également dentelée, avec timbre au milieu, et scellée par un cachet sur le côté, semblable à celui-ci.



PRIX : CONTREFAÇONS.

Afin de répandre universellement ces précieux aliments, le prix du Kaïffa et de la Fécule orientale a été fixé, le flacon. . 4 fr.
et le double flacon, contenant 18 onces. . . . . 8 fr.

La brochure servant d'instruction se délivre gratis avec chaque flacon, et on doit toujours l'exiger.

CONTREFAÇON. Depuis quelque temps, la cupidité a excité de nombreux contrefacteurs qui, dans l'espoir d'un gain illicite, rachètent les flacons vides et les remplissent ensuite de poudres insignifiantes, et souvent même dangereuses. Pour obvier à cet inconvénient grave, qui pourrait causer des accidents et nuire à la réputation du Kaïffa, les consommateurs sont priés de briser les flacons, et d'enlever les étiquettes. Aucun dépositaire reconnu par l'auteur n'est autorisé à reprendre les flacons vides.

Les contrefacteurs du Kaïffa et de la Fécule orientale seront poursuivis suivant toute la rigueur des lois, conformément aux droits accordés au propriétaire par son brevet; et mille francs de récompense ou la moitié de l'amende, seront accordés à celui qui les fera connaître.

DÉPÔTS AUTORISÉS DU KAIFFA ET DE LA FÉCULE ORIENTALE,

Chez Royer, *rue J.-J. Rousseau*, 21, *à Paris.*

Dans les départements on pourra s'adresser avec toute confiance à Messieurs les pharmaciens suivants :

Abbeville,	Perrochaud.
Agen,	Pons.
Aix,	Icard.
Alby,	Vareilles.
Alençon,	Desnos.
Amiens,	Chéron.
Angers,	Guérineau.
Angoulême,	Hillairet.
Argentan,	Lainé.
Argenton,	Victor Pépin.
Arles,	Dumas aîné.
Aubusson,	Pepin jeune.
Auch,	Boubée.
Avignon,	Rouvière.
Avranches,	Anger.
Bar-le-Duc,	Picquot.
Bayonne,	Lebœuf.
Beaune,	Barberet.
Beauvais,	Larsonneur.
Besançon,	Desfosses.
Béziers,	Labeille.
Blois,	Rossignol.
Bordeaux,	Mancel jeune, pl. Ste Colombe
Boulogne,	Vandoysen.
Bourbon,	Pertuisé.
Bourg,	Martinet.
Bourges,	Godin.
Brest,	Freslon jeune.
Caen,	Guérin, rue St-Pierre.
Cahors,	Gardel.
Calais,	Grandin.
Cambrai,	Tordeux.
Carcassonne,	Boussaguet.
Châlons s. M.	Desmarets.
Châlons,	Suchet.
Chartres,	Barrier.
Châteauroux.	Peyrot.
Chaumont,	Regnard.
Cherbourg,	Godefroy.
Cholet,	Caternault.
Clermont-F.,	Aubergier.
Cognac,	Thanmur.
Colmar,	Duchampt.
Compiègne,	Baudequin.
Dieppe,	Lefebvre.
Dijon,	Boisseau jeune.
Dôle,	Lecoynet.
Douai,	Cocqueau.
Draguignan,	Dupré.
Dunkerque,	Stival.
Epinal,	George.
Evreux,	Boutigny.
Falaise,	Mariote.
Granville,	Orange.
Grenoble,	Savoye.
Hâvre,	Lemaire.
La Fère,	Flavignon.
La Rochelle,	Carrivean.
Lille,	Tripier frères, r. Esquermoise
Limoges,	Reculès.
Lisieux,	Henoult.
Lorient,	Bizos.
Lunéville,	Delcominet.
Lyon,	Vernet, pl. des Terreaux.
Mâcon.	Lacroix.
Mans (le),	Blin.
Marseille,	Thumain, rue de Rome, 46
Metz,	Guéret, r. Boucherie-S.-Georges, 4.
Mézières,	Cassan Chayaux
Montauban,	Jeauffreau, sr de Martrès.
Mont-de-Marsan,	Bergeron.
Montpellier,	Bories, d.-m.
Morlaix,	Danet.
Moulins,	Mérié.
Mulhausen,	Claude.
Nanci,	Suard.
Nantes,	Vidie.
Nantes,	Caffort.
Niort,	Frogé.
Nîmes,	Ducros, rue de la Fruiterie.
Orléans,	Paque.
Paris,	r. J.-J. Rousseau, 21.
Perpignan,	Dalverny.
Poitiers,	Chaudort.
Privas,	Vergnes.
Provins,	Bellanger.
Puy (le),	Joyeux.
Quimper,	Fatou.
Reims,	Jolicœur.
Rennes,	Fleury.
Riom,	Barse.
Roanne,	Labor.
Rochefort,	Lurat.
Rodez,	Dejean.
Rouen,	Beauclair, bt. Cauchoise, 6 b.
St-Brieux,	Frogé.
St-Etienne,	Couturier.
St-Germain,	Fournier.
St-Malô,	Béatrix.
St-Quentin,	Lebret.
Sédan,	Bourguignon.
Strasbourg,	Oberlin, r. du Vieux-Marché aux Poissons.
Toulon,	Méric.
Toulouse,	Pons.
Tours,	Micque, rue Royale.
Troyes,	veuve André et Anner.
Valence,	Accarie.
Valenciennes,	Millot.
Verdun,	Tristant.
Vervins,	Mallo.
Vesoul,	Richelet.
Villefranche,	Vergnes.

Étranger.

Alger,	*Afrique,*	Vallée.
Amsterdam,	*Hollande,*	Massignac.
Anvers,	*Belgique,*	Vandevelde.
Bahia de Todos Santos,	*Brésil,*	Loup et comp.
Bruxelles,	*Belgique,*	Descordes Gautier.
Chambéry,	*Piémont,*	Bellemin.
Constantinople,	*Turquie,*	Ottoni.
Gand,	*Belgique,*	Froment, Masso.
La Haye,	*Hollande,*	Prospert.
Liége,	*Belgique,*	Lafontaine.
Locle,	*Suisse,*	Leroy.
Mons,	*Belgique,*	Putsage, pharm.
Namur,	*Belgique,*	Démarets.
Naples,	*Italie,*	au Père de Famille, strada di Chiaja, 261.
Nouvelle-Orléans,	*États-Unis,*	Dufilho.
Pointe-a-Pître,	*Guadeloupe,*	Gibert et comp.
Port Maurice,	*Ile-de-France,*	Delisse.
St-Denis,	*Ile-Bourbon,*	Lepivain.
St-Louis,	*Sénégal,*	Ve Benis et fils.
Smyrne,	*Turquie,*	Bonhomme.
Tunis,	*Afrique,*	Perasse et Ré.